

CONCENTRATION SPORT XTRA

Volet Sport Action-Plein Air

ANNÉE SCOLAIRE 2021-2022

Ce volet de la concentration Sport Xtra est offert aux les élèves de 1^{re} et 2^e secondaire. Il amènera les élèves à adopter un mode de vie plus actif. À l'école Chavigny, nous pensons qu'il est primordial de tenir compte de leurs intérêts afin de susciter une grande motivation de leur part tant sur le plan académique que sportif.

Ce nouveau programme permettra aux élèves, sur une base régulière, de pratiquer des sports plus individuels tels que le vélo de montagne, la planche à neige et le ski alpin ainsi que d'autres sports d'action, tous plus motivants les uns que les autres. En effet, l'élève approfondira ses techniques et connaissances dans ces deux sports et aura la chance de s'initier à plusieurs activités de plein air telles que le ski de fond, le « snowskate », la planche à roulettes, la randonnée pédestre et l'escalade. L'élève devra posséder son équipement de sports de glisse et idéalement son vélo de montagne. Cependant, l'école possède une flotte de vélos de montagne qui peuvent convenir à l'élève. Les cours de ce programme se dérouleront la majorité du temps à l'extérieur et les élèves auront la chance de pratiquer ces sports à Énergie CMB durant la saison chaude et au Centre Adrénaline Urbaine ainsi qu'à Vallée du Parc durant la saison froide. Finalement, les élèves pourront en savoir davantage et être mieux outillés sur des notions théoriques, comme l'habillement technique extérieur, l'hypothermie ainsi que la nutrition lors de l'activité physique.

Frais associés à ce volet : environ 375 \$

Je souhaite m'inscrire dans la concentration Sport Xtra, dans le volet Sport Action-Plein air.

Signature de l'élève : _____

Signature du parent ou tuteur : _____

Date : _____

